உ

கணபதி துணை.

அட்டாங்க யோகக்குறள்.

வருத்தமறவுய்யும் வழி.

இவை
மதுரைத் தமிழ்ச்சங்கத்துச் சைவநூற்பரிசோதகரும்
திருவாவடுதுறையாதீனவித்துவானுமாகிய
சே. ரா. சுப்பிரமணியக் கவிராயராற்
பரிசோதிக்கப் பெற்றன.

"செந்தமிழ்" ப்பிரசுரம்—௧௦

[இரண்டாம் பதிப்பு.]

மதுரைத்தமிழ்ச்சங்க முத்திராசாலை.

1923.

விலை அணா-2.

திருச்சிற்றம்பலம்.

அட்டாங்க யோகக்குறள்.

பாயிரம்.

வெண்கோட்டான் செய்யன் கரிமுகனுள் வீற்றிருந்தென்
*னெண்கோட்டந் தீர்த்தளிப்பா னின்பு. (க)

உலகம் படைப்பித் தளிப்பித் தொழிப்பித்
திலகுமுயி ருள்ளெம் மிறை. (உ)

†ஐந்தொழிற்கு ‡மைந்துவித முற்றமல னோடமரும்
பைந்தொடிபொற் பாதநினைப் பாம். (ங)

இவர்புதல்வர் தாள்கணத்துக் கீசர் முனிவ
ரவர்பதமுஞ் சென்னியில்வைப் பாம். (ச)

செந்தமிழ்வே தாகம மாதி தெருட்டினர்தாள்
வந்தனை செய்வா மகிழ்ந்து. (ரு)

ஆய்ந்தா கமத்தறைவா மட்டாங்க யோகமதை
யாய்ந்தார்தீர்ப் பாசிந்நூற் காசு. (சு)

நூல்.

இமய நியமமிணங் காதனமா §யாம
மபர்வில் பிரத்தியாகா ரம். (க)

தாரணை யோடு தியானஞ் சமாதியுமென்
றேரிருநான் கங்கமும்யோ குள். (உ)

---

*எண் கோட்டம்—மனக்கோட்டம்.

†ஐந்துதொழில்—பஞ்சகிருத்தியம்.

‡ஐந்துவிதம்—ஐந்துவித சத்தி.

§ஆயாமம்—பிராணாயாமம்.

க. இயமம்.

*அயிங்கிதைமெய் யாதி யியம மவற்றை
யியம்புவங் கேளாயினி. (௩)

பிழைநூறு செய்தார்க்கும் †பீழையிணைச் செய்யா
வழகே யயிங்கிதை யாம். (௪)

பொருளறச் ‡சொல்லுஞ்சொற் பொய்யாச்சொல் லாதே
பொருளுறச் சொல்க $புரிந்து. (௫)

தேசிகர்க்குந் தேவர்க்கு மாக்கமுறச் செப்பும்பொய்
வாசகமு மெய்யெனுமெய் வாக்கு. (௬)

தனக்கு மிடியுறினுந் தக்காரல் லார்கைத்
தனத்தினைத் தாங்காமை சால்பு. (௭)

உண்பானு முண்ணு துடல்வெறுப்பா னுமிகழ்சோ
றுண்பா னலனே லுவந்து. (௮)

பெண்ணாசை மண்ணாசை யற்றும் பெரியனல
னெண்ணுமுண் பானிழிந்தா ரில். (௯)

தனக்கருக மில்லா வனைத்துந் தணப்பான்
வனத்துமுனி யேமனைவாழ்ந்தும். (௧௦)

ஏந்திழையார் தன்சயன மெய்தித்தன் மெய்தொடினுங்
காய்ந் §துவர்த்த லேவிரத்தி காண். (௧௧)

இல்வாழ்வா னுந்துறவி தன்னேந் திழைதன்னை
யல்லார்பா ¶லாதரவற் றூல். (௧௨)

---

*அயிங்கிதை—பிறவுயிர்க்கு இமிசை செய்யாமை.

†பீழை—துன்பம்.

‡சொல்லுஞ்சொல்—பொருளறப்பொய்யாச்சொல்லாது எனக்கூட்டுக.

$புரிதல்—விரும்புதல்.

§உவர்த்தல்—வெறுத்தல்.

¶ஆதரவு—விருப்பம்.

தணந்திடுக தன்மனைவி தோளிணையுந் தான்றா
*னிணங்கவொண்ணா நாள்களெண்ணி யே. (கங)

மனத்தூய்மை யென்றார் வயிர மறுகை
தனைப்பிழைத்தார் தம்பாலுந்தான். (கச)

இயமமிவை யெல்லா மினிப்பொறை யாதி
நியமமுஞ்சொல் வாங்கேளாய் நீ. (கரு)

உ. நியமம்.

அறுத்திடுக கோப மறிவிலர்பாற் றம்மை
யொறுத்திடுவார் தம்பாலி னும். (கசு)

மண்ணாலு நீராலு மாற்றியுடன் மாசதன்பின்
றெண்ணீராற் றர்ப்பணமுஞ் செய் (கஎ)

தேசிகர்க்கு மாதவர்க்கு மேவலினைச் செய்கசிவ
பூசனையுஞ் செய்க புரிந்து. (கஅ)

†ஆக்கத்தி னுற்ற வகமகிழ்ச்சி செய்திடுக
வாக்க மழியினுநோ வற்று. (ககூ)

ஈர்ந்திடினுந் தன்னை யெதிர்மகிழ்ந்தே யெம்பாவந்
தீர்ந்ததெனக் காண்க தெளிந்து. (உ0)

நியமமிவை யெல்லா மினிநிகழ்த்து வாங்கே
ளயர்வுளறுத் தேயா தனம். (உக)

ங. ஆதனம்.

அச்சமிலா வெல்லை யகந்தானா மாதனத்துக்
‡கெச்சமிலா நல்லிடமென் றெண். (உஉ)

---

*இணங்க வொண்ணா நாள்கள்:—"பூத்துநீ ராடியநாண் முதலாகப்பன்னி ருநாள் பூவை மார்க்கு,வாய்த்தசூ லுறுங்கால மாதலினா லந்நாளுண்மகமே மூலம், பாத்தசீர் விரததினந் தனக்காகா நாள்பஞ்ச பருவமெல்லா,நீத்துநூல் விதித்ததி னம் புணரானேற் கருவொன்று நீக்கி னானல்" எனத்திருவானைக்காப் புராணத் தினும், "பூவையே யனையார் தம்மிற் பூத்தநாண்முதனா னான்கு, மேவிடார் புணர்ச்சி பின்னை விரும்புநாள் பன்னி ரண்டி, லேவுறு கருப்ப முண்டா மிங்கிதி லிரட்டி நாளாண், பாவின தொற்றை நாளேற் பெண்ணெனப் பகருநீயே" என உள்ளமுடையானிலுங் கூறினமை காண்க.

†ஆக்கம்—செல்வம்.

‡எச்சம்—குறை.

ஆதனந்தா னேபதும மாதியவற் றுட்பதும
வாதனஞ்சொல் வாமேகே ளாய். (உ௩)

வலக்காற் புறமிடக்கா லுள்ளூறக் *கவான்வை
வலக்கைப் புறமிடத்து வை. (உ௪)

பதுமா தனமதுதான் †மற்றையவும் பாட்டுள்
விதியறிந்து செய்க விழைந்து. (உ௫)

அன்றித்தன் னாகத் ‡தினுக்கிசைந்த வாதனத்து
ளொன்றிப் புரியலுமா கும். (உ௬)

வரிப்புலித்தோ $லிற்கரிய மானி னதளி
னிருக்கையது வாமென்றே யெண். (உ௭)

இயற்றுய் வடதிசையை நோக்கி யிருந்தே
யியற்றலுமாம் §பூருவதிக்கின். (உ௮)

உரைத்தாமெய் யாதனந் தன்னை யினியா
முரைப்பாமா யாமாதி யும். (உ௯)

௪. பிராணுயாமம். (பிராணவாயுவொடுக்கம்)

¶புகவுள் ளுயிரிடையிற் பூரித்துக் கும்பித்
துகவலத்தி னாலே யொழி. (௩௦)

---

*கவான்—தொடை.

†மற்றைய—பத்திராசனம், சிங்காதனமுதலியன.

‡ஆகம்—தேகம்.

$அதள்—தோல்.

§பூர்வதிக்கு—கீழ்த்திசை.

¶இக்குறளின் பதவுரை—உயிர்-பிராணவாயுவை, இடையில்-இடைகலை யாகிய இடமூக்கினிற்கும் நரம்பின்வழியால், உள்புக-உந்தியினுள்ளேசெல்ல பூரித்து-பூரகஞ்செய்து, (பூரகஞ்செய்தல் பிராணவாயுவை யுள்ளேவாங்குதல்) கும்பித்து - சுழுமுனைநாடியாகிய நடுநாடியிற் செலுத்தியடக்கி, வலத்தினால் - பிங்கலையாகிய வலமூக்கினிற்கு நாடியால், உகஒழி-நீங்கவிடுவாயாக என்றவாறு. "பிராணவாயுவின் குணமாவது இடைகலை பிங்கலை சுழுமுனை யென்னுமூன்று நாடிகளில் நடுநின்ற சுழுமுனையொழிய இரண்டின் வழியே மூலாதாரத்தி னின்று மேனோக்கியேறி இரண்டுமூக்கானும் ஒரோர் பாரிசத்துக்கு ஐந்து

*புடைவலத்தாற் பூரித்துக் கும்பித்துப் போக்கா
யிடையாலிவ் வாறியற்றென்றும். (௩௧)

†எண்ணிரண்டு பூரிக்க வெட்டெட்டுக் கும்பிக்க
வெண்ணான் கிரேசிக்க வே. (௩௨)

‡எழுத்துக் கியம்பிய மாத்திரைகொ ளீது
மொழித்தியம்பு மாத்திரையு மூண்டு. (௩௩)

சகர்ப்ப மகர்ப்பமெனத் தானிரண்டா யாமஞ்
சகர்ப்ப மதிகபலந் தான். (௩௪)

சகர்ப்பந் தியானசெபந் தன்னோ டியற்ற
லகர்ப்பமிவை யன்றியியற் றல். (௩௫)

ஐந்தெழுத்துஞ் சூத்திரால் லார்மூவ $ரோங்கார
மந்திரத்துச் செய்க வழக்கு. (௩௬)

§இயற்றலுமாங் கும்பகமும் ரேசகமு மின்றி
யியற்றுதீங் கெல்லா மிறும். (௩௭)

நாழிகையாகக்கொண்டு ஒருமாத்திரையில் கஉ சுவாசமாய் ஒருசுவாசத்திலே கஉ அங்குலி வாயுப்புறப்பட்டு நாலங்குலி தேய்ந்து எண்விரல் உள்ளே அடங்குகின்றது" எனவும், "ஒருமாத்திரையாவது இரண்டரை நாழிகையை எட்டுக் கூறிட்டு ஒருகூறென்றறிக" எனவும், "மூலாதாரமாவது சரீரத்தளவு தன்கையாற் றொண்ணூற்றாறங்குலம்; இதன்மேலே நாற்பத்தேழரையங்குலமுங் கீழே நாற்பத்தேழரையங்குலமும் விட்டு நடு நின்ற ஓரங்குலம்" எனவும் சிலப்பதிகாரவுரையிற் கூறப்பட்டது.

* இக்குறளால் முன்னர்க்கூறியதனைமாற்றிப் பிங்கலையாற்பூரகமும் சுழுமுனையாற் கும்பகமும் இடைகலையால் ரேசகமும் செய்யவேண்டுமென்றாரென்க.

† இக்குறளிற் சொல்லப்பட்ட எண்கள் மாத்திரையைக்குறிக்கின்றன.

‡ எழுத்துக்கியம்பிய மாத்திரையாவது கண்ணிமைப்பொழுதுங் கைந்நொடிப்பொழுதுமாம்.

$ ஓங்காரத்தோடு உருபு விரித்துரைக்க.

§'கும்பகமும் ரேசகமும் இன்றி' என்றதனால் இயற்றலுமாம் என்பதற்குப் பூரகமாத்திரஞ்செய்தலுமாகும் எனப்பொருள்கொள்க.

¶திரண்டபால் கைப்புத்தித் திப்புப் புளிப்பு
முருண்ட||சுரை யாதியுநீத் துண். (௩அ)

அருந்திய வன்னத் தளவுறும் பாவ
மருந்துவித்தான் பாவ மறும். (௩௯)

ஆதலினு லற்ப மருந்திடுக வாவியுறச்
சாதிக்க யோகந் தனை. (௪0)

*உதரபந்தம் வீக்கிடையி லுண்டவன முண்ட
†வுதகஞ் சிறுகூ டுற. (௪௧)

ரு பிரத்தியாகாரம்.

பிரத்தியா காரமினிக் கேள்பிரித்தோ ‡ரைந்தும்
விருப்பத்தின் $மீட்க விரைந்து. (௪௨)

௬. தாரணை.

§மனந்தன்னை பிந்திரியந் தன்னை மடக்கி
யனந்தனடி வைதா ரணை. (௪௩)

எ. தியானம்.

ஏற்றதியா னஞ்சிதமப ரேச னடிநினைவு
¶மாற்றவே நிற்கும் ||வரம். (௪௪)

ஒண்டொடியைக் காமுகன்று னுன்னுதல்போ லுள்ளத்துக்
கண்டிருகங் காளன் கழல். (௪௫)

¶திரண்டபால் - வற்றக்காய்ச்சித் திரட்டிய பாலென்க.

||சுரை - சுரைக்காய்.

*வஸ்திரமுதலானவற்றால் வயிற்றைச்சுற்றியிறுக்குங்கட்டு, உதாபந்தம்,

†உதகம் - நீர்.

‡ஐந்து - பஞ்சேந்திரியம்.

$மீட்க எனவே உண்ணேக்குக என்பது கருத்தாயிற்று.

§மனந்தன்னை அனந்தனடிவை எனக்கூட்டுக; அனந்தன் - சிவபிரான்.

¶ஏனையவற்றிலே நினைவு மாற்ற எனவருவித்துரைக்க; நினைவு - மத்திமதீயம்.
||வரம் - மேன்மை.

அரிது சமாதி யடைகை யதனு
லெளிது தியான மியற்று. (சசு)

எளிது தியா னப்பலமென் றெண்ணித் தியானம்
*வெளிற விருப்பர் விரைந்து. (சஎ)

பரிய வுடைகளைவர் பட்டாடை பெற்றூர்
பரியவுடை †யில்லார்க்குப் பட்டு. (சஅ)

ஆதர மென்னநிரா தாரமென்ன ‡யோகமிரண்
டாதாரஞ் சொன்னதியா னம். (சகூ)

பரமசிவன் ருளுயிருட் பார்க்கைநிரா தா!
மிரவுபக லற்றவிடத் தின். (ருo)

அ. சமாதி.

இந்தநிலை தானே சமாதியித னைப்பெற்றூர்க்
$கைந்தொடுநான் கும்மடங்கு மாங்கு. (ருக)

அட்டாங்க யோக சமாதி யடைந்தாருக்
கட்டமா சித்திகளுண்டால். (ருஉ)

ஆதலினுற் செக்க ரருக்கரொரு கோடியென
நாதனைநீ நெற்றிநடு நாடு. (ருங)

நெஞ்சந் தனினு நினைநினக்கு வேண்டுமுரு
§வஞ்சஞ் செனுஞ்சகளத் தாய்ந்து. (ருச)

அருச்சனைசெ யன்பா விதைய வலரிற்
றரித்துச் சதாசிவனைத் தான். (ருரு)

---

*வெளிற - இலேசாக என்பது கருத்து.

†இல்லார் - தரித்திரர். இல்லார்க்குப் பரியவுடையேபட்டு என்பது கருத்து.

‡யோகம் - தியானம்.

$ஐந்து - பஞ்சேந்திரியம் நான்கு - அந்தக்கரணம் நான்கு.

§அஞ்சஞ்செனுஞ் சகளம் - சிவபிரான்கொண்ட சகளவடிவமென்னுமிருபத்தைந்து மூர்த்தம்.

நின்று மிருந்துங் கிடந்து நடந்து நினை
யென்றுஞ் சிவன்ற ளிணை. (௫௬)

முத்திசமா திக்காகு மற்றையவே மூம்முறையாற்
*புத்திவிதம் வாய்க்கும் பொருள். (௫௭)

அடங்கினர்க்கிவ் வட்டாங்க மாரியன்போ திக்க
விடம்பர்க் குணர்த்தின் விழும். (௫௮)

தீர்வா†ரா சுத்தமர்க்குத் தேற்றினர்தேர்ந் தாருமிந்நூல்
சேர்வார் பரம சிவம். (௫௯)

அட்டாங்கயோகக்குறள் முற்றிற்று.

இந்நூல் திருக்கைலாயபரம்பரைத்திருவாவடுதுறை ஆதீனத்திற் கிடைத்தது. இந்நூலாசிரியர் பெயர் முதலியன விளங்கவில்லை. இங்கே இவ்வட்டாங்க யோகக்குறளை "ஆய்ந்தாகமத்தறைவாம்" என முன்னர்க்கூறியிருத்தலால், இது சைவசமயத்தவர்க்கு ஞானசாதனமாய் மிக்கபயன்றருவதெனக் கருதி இச் 'செந்தமிழ்' வாயிலாகக் குறிப்புரை யெழுதி வெளியிடுவித்தேன்.

இங்ஙனம்,
திருவாவடுதுறை ஆதீன வித்வான்
சேற்றூர்-சுப்பிரமணியக்கவிராயர்,
சைவநூற் பரிசோதகர்
மதுரைத் தமிழ்ச்சங்கம்
மதுரை.

---

* புத்தி - போகம்.
† ஆசு - குற்றம்.

திருச்சிற்றம்பலம்.

வருத்தமறவுய்யும்வழி.

செம்பவள வாயன் சிவன்சுத னைங்கரன்று
ணம்பவள மாமே நமக்கு. (க)

கருத்தினிற்கண் டீசனடி கட்டுரைப்பாம் பத்தர்
வருத்தமற வுய்யும் வழி. (உ)

விருத்தர் பிணியாளர் மெல்லியலார் பாலர்
கருத்தினருச் சிக்கவே கண்டு. (௩)

உதையத் திரவி யொளியனைய லிங்க
மிதையத் தலர்மீ திருத்து. (௪)

ஆட்டுகவான் பாலாதி பட்டணிந்தா ரக்குழம்புஞ்
சூட்டுகவில் வாதித் தொடை. (ரு)

நிகழுமன்பாற் [1] போனகமாதி நிவேதி
கமழ்தூப தீபாதி காட்டு. (சா)

அஞ்செழுத்தாற் சொன்ன [2] வனைத்தினையுஞ் செய்யடைவே
யஞ்செழுத்தே மந்திரமெல் லாம். (எ)

[3] நெஞ்சத் தருச்சி நினைவுதனி லாகுதிசெ
யஞ்செழுத்தா [4] ணபியழ லார்ந்து. (அ)

பாவனையிற் பட்ட கருடனுற் பாம்பொழியும்
பாவனைமெய் செய்யும் பலம். (கூ)

உள்ளேவல் செய்வானைக் [5] காந்தன் மிகவுவப்ப
னுள்ளேசெய் பூசை யுவந்து. (௰)

---

1 போனகம் - அன்னம்.

2 அனைத்தினையும் - ஆன்பாலாதியனைத்தையும்.

3 நெஞ்சத்தைப் பூசைதானமென்றும், 4 நாபியைஓமத்தானமென்றுஞ் சிவஞான சித்தியாருரையிற் கூறியவாறு காண்க,

5 காந்தன் - நாயகன்,

அலைவாக்கைக் கில்லை யருவருப்பு மில்லை
கொலையுமிலை 1 யுட்பூசை கூட்டு. (௰௧)

புறத்துஞ் சிவபூசை பூவாற் புரியா
2 யறத்தின் மலையிலக்கே யாம். (௰௨)

முட்டாதே தொட்டான் முடிக்க சிவபூசை
விட்டா னரகின் விழும். (௰௩)

நெஞ்சத்துன் னிச்சிவன்றா ணீண்ட 3 வடங் கைபூண்டே
யஞ்செழுத்தை நாவினுஞ்சொ லாய்ந்து. (௰௪)

வாக்கினொலி மந்தவொலி மானதமென் றிம்மூன்று
மாக்குங்காற் 4 றர்ச்சனி முன்னும். (௰௫)

வாக்கொலியின் மந்தம் 5 விசிட்ட மதன்விசிட்ட
மாக்கு மொலிமனத்தி னால். (௰௬)

மேலியற்றுப் போகம் வெறுத்தால் விரும்பினால்
மாலையைக் கீழே மறி. (௰௭)

கண்டி விசிட்டங் 6 கநிட்டங் 7 குசைக்கிரந்தி
8 புண்டரிக முன்மணியும் பூண். (௰௮)

சிவஞ்சத்தி யான்மாத் 9 திரோதமல 10 மைந்துஞ்
11 சிவமுதலைந் திற்சிந்தை செய். (௰௯)

---

1 உட்பூசை - அந்தரியாகபூசை.
2 அறத்தின்மலை - என்றது சிவபிரானையென்க.
3 வடம் என்றது உத்திராக்கமாலையை.
4 தர்ச்சனி - கட்டுவிரல்.
5 விசிட்டம் - மேன்மை.
6 கநிட்டம் - சிறுமை.
7 குசைக்கிரந்தி - தருப்பைமுடிச்சு.
8 புண்டரிகமணி - தாமரைக்கொட்டையாகியமணி.
9 திரோதம் - திரோதானசத்தி.
10 மலம் என்றது ஈண்டு ஆணவ மலமென்க.
11 சிவ - என்றது சிகாரவகாரங்களை.

முத்தி [1] வல நாடி மொழி [2] சுழுமுனை முற்றிரண்டிற்
[3] புத்திக் [4] கிடையிற் புகல். (உ0)

[5] நெற்றிநடு மன்று ணிருமலன்ற ணுடன்பாற்
பற்றறுப்பா னுன்பாலன் பால். (உக)

அருக்கன் சிவவென் றலர்ந லர்ச்சி
யிருப்பாய் சிவபுரத்து ளின்பு. (உஉ)

தூவியினைக் கோபுரத்தை யீசனெனக் கண்டு தொழ
பாவமறும் வாயாதுன் பம். (உங)

[6] நின்று மிருந்துங் கிடந்து நடந்துநினை
யென்றுஞ் சிவன்ற ளிணை. (உச)

வறுத்தமற வுய்யும் வழிமொழிக பத்தர்க்
கிரக்கத்தா லாசா ரியன். (உரு)

வறுத்தமறவுய்யும்வழிமுற்றிற்று.

இந்நூல், திருக்கைலாய பரம்பரைத் திருவாவடுதுறை ஆதீனத்திற் கிடைத்தது. இந்நூலாசிரியர் பெயரிடங்கால முதலியன விளங்கவில்லை. அட்டாங்கயோகக் குறளிற் கூறிய 'நின்றுமிருந்து' மென்னு முதற்குறிப்புடைய குறளை யீண்டுங் கூறியிருத்தலால் அந்நூலாசிரியரே இந்நூலாசிரியரென்றும் அவர் மாணக்கரே இந்நூலாசிரியரென்றும் கூறுவர். இதில், அந்தரியாக பூசை, ஓமம், தியான முதலியவற்றைக் கூறியிருத்தலாற் சைவசித்தாந்திகட்குப் பெரும் பிரயோசனமாயுள்ள தென்று வெளியிடுவித்தேன்.

இங்ஙனம்

சேற்றூர்ச் சுப்பிரமணியக் கவிராயர்,

1 வலநாடி—பிங்கலைநாடி.

2 சுழுனை—நடுநாடியாகிய சுழுமுனைநாடி.

3 புத்தி—போகம்.

4 இடை—இடைகலைநாடி.

5 நெற்றியைத்தியானத் தானமெனச் சிவஞான சித்தியாருரையிற் கூறிய வாறு காண்க.

6 இவ்விருபத்து நான்காவது குறளை அட்டாங்க யோகக் குறளிலுங் கூறியவாறு காண்க.